

Creatieve keuze begeleiding voor jongeren

Alien Verhoef is opleider, loopbaanprofessional en supervisor en gespecialiseerd in het toepassen van creatieve technieken bij het begeleiden van loopbaanprocessen. In dit verhaal laat ze de waarde hier van zien.

door Alien Verhoef

Hans kwam bij mij. Hij wist niet wat hij wilde. Wat moest hij in vredesnaam na zijn havo gaan doen? Ja, hij vond een heleboel dingen leuk, maar om nou één ding te kiezen? Eén opleiding, waardoor hij, dacht hij, misschien wel de rest van zijn leven vast zou zitten aan één beroep. Zijn vader werkte al vijftien jaar bij hetzelfde bedrijf. Als econoom, dat leek hem niets. Hij wilde iets van de wereld zien, hij wilde... Hij struikelde bijna over zijn woorden, zo'n enthousiasme voelde hij als hij gewoon kon praten over wat hij allemaal wilde doen in zijn leven als alles mogelijk was.

Als alles mogelijk is

Ik stelde de vraag: Wat zou je doen als alles mogelijk is, als je alles mocht uitproberen en je alle talenten en diploma's had, die je nodig hebt om te doen wat je het liefste zou doen, en waar je maar wilt. En je hebt zes miljoen euro. Een jaar heb je voor je, nou vooruit anderhalf jaar. Wat zou je gaan doen, de eerste maand? En daarna? En daarna? Voorafgaand aan deze vraag had ik hem verteld dat het er niet om gaat dat uiteindelijk allemaal te gaan doen, maar dat de oefening bedoeld is om de essentie te gaan vinden van de concrete invulling van dit anderhalf jaar. En daarmee zouden we zijn missie gaan ontdekken...

De zes miljoen mandala

'Nou', zei hij, 'de eerste maand zou ik dan heel graag, als toch echt alles mogelijk is, piloot zijn, of copiloot. Dat lijkt me nog wel iets fijner, want dan ben ik meer de ondersteuner. Hij straalde erbij. En ik zou ook wel een maand in het leger willen zitten. En ja, reizen wil ik ook. Ik zou wel...' En zo ging hij verder. Al zijn verlangens tekende hij steeds in een taartpunt van een mandalavorm die hij eerst op papier gezet had. Toen alle mandalataartpunten ingevuld waren met de

concrete verlangens van Hans, vroegen we ons af wat nou van elk verlangen de essentie was. Wat zou het hem geven wanneer hij piloot zou zijn? 'Aanzien', zei hij eerst. En wat zou aanzien je geven? 'Nou, het gevoel dat ik belangrijk ben.' En wat zou het je geven als je het gevoel had dat je belangrijk bent? 'Nou ja, dan doe ik er toe.' En wat geeft het je als je er toe doet? Even is het stil. Dan, met vochtige ogen en een zucht: 'Dan weet ik wat ik wil. Ik geloof echt dat ik dan weet wat ik wil. En dat ik dat dan ook ga doen. Dan ga ik voor mezelf omdat ik er toe doe.' Poeh, dacht ik even... Ik zuchtte met deze stoere jongen mee. Ik ging helemaal met hem mee. En snapte precies wat hij bedoelde: ja, dan kon hij écht gaan voor wat hij wilde.

Essenties en missie-statement

Zo gingen we alle concrete verlangens voor het komende anderhalf jaar langs. Met behulp van zo'n acht essentiële kwaliteiten, essenties noem ik ze, formuleerden we vervolgens zijn missie-statement.



In zijn eigen fotobestand keek hij welke foto paste bij welke essentie. En hij nam zich voor om een paar weken aan het eind van elke dag terug te kijken en te kijken welke essentie hij die dag bewust of onbewust aandacht had gegeven. En hij bedacht 's morgens ook opdrachtes waarmee hij die dag aan één zo'n essentie extra aandacht wilde geven. Voor zijn essentie 'vrijheid' bijvoorbeeld, maakte hij die dag een foto van een vogel in vlucht. Steeds een opdrachtje zo klein én leuk, dat het al gedaan was voordat hij het wist. Hans was geen moeilijke cliënt.

'Wat zou je gaan doen, de eerste maand? En daarna? En daarna?'

Hij begreep dat een paar weken (meer) bewust aandacht geven aan zijn essenties, zou maken dat hij vaker het gevoel kon krijgen dat hij er toe doet. Waarvoor hij meer zijn eigen focus zou gaan voelen, meer voor zichzelf kon staan en zo gemakkelijker een keuze zou kunnen maken. Met zijn statement als meetlat gingen we verder. We legden een aantal mogelijke vervolgopleidingen langs de lat. Uit een stuk of tien mogelijke vervolgopleidingen koos hij er in eerste instantie drie uit, die hij nader wilde onderzoeken.

Keuze visualisatie

Ik plakte een groot vel papier op de muur en vroeg hem om onderaan het papier een landschap te



Knutselen voor LOB

tekenen, met een wegwijzer, met borden naar drie richtingen. Op het ene bord stond opleiding A, op het andere opleiding B en op het laatste bord opleiding C. Ik vroeg hem zich voor te stellen dat hij bij die wegwijzer stond. Om de beurt onderzocht hij al visualiserend en tekenend de drie richtingen. Zo kreeg hij op een creatieve en intuïtieve manier informatie over de opleidingen door het visualiseren van de drie wegen en de bestemming aan het eind van elke weg.

Creativiteit in ruime zin

Dit zijn maar een paar mogelijkheden om jongeren met keuzevraagstukken te begeleiden met behulp van creativiteit in ruime zin, zoals tekenen, boetseren, schilderen en het aanspreken van de intuïtie en de verbeelding. Niet iedere jongere is meteen enthousiast over deze manier van werken. Net zomin als iedere decaan of mentor in eerste instantie enthousiast is over het gebruiken van creativiteit in haar of zijn begeleiding. Men moet vaak een drempel over en de meerwaarde van creatieve technieken ervaren. Drempelverlagend is vaak het eerst maar eens inzetten van creatieve technieken in een groepstraject. Jongeren (en volwassenen) die open staan voor deze manier van werken merken dat het, veel meer dan een verbaal gesprek, een beroep doet op ons onderbewuste en onze intuïtie. Het is zo verrassend wat uit eenvoudige creatieve opdrachten kan komen. En zo echt en waarachtig.

Wie de in dit artikel genoemde oefeningen toegestuurd wil krijgen, kan mailen naar info@studiomattias.nl of kijk op www.studiomattias.nl voor o.a. de workshops *Creatieve Loopbaan Begeleiding en Werken met het Essentieprogramma*.